

# ISLAMIC HERITAGE

LEADS THE TRANSFORMATION OF THE UMMAH

**ISLAMIC HERITAGE**  
**LEADS THE TRANSFORMATION OF THE UMMAH**

*Editors*

*Hasan Bahrom*  
*S. Salahudin Suyurno*  
*Abdul Qayyum Abdul Razak*

© Akademi Pengajian Islam Kontemporari (ACIS), UiTM Melaka 2015

Hak cipta terpelihara. Tiada bahagian daripada terbitan ini boleh diterbitkan semula, disimpan untuk pengeluaran atau ditukarkan ke dalam sebarang bentuk atau dengan sebarang alat juga pun, sama ada dengan cara elektronik, gambar serta rakaman dan sebagainya tanpa kebenaran bertulis daripada ACIS, UiTM Melaka terlebih dahulu.

Perpustakaan Negara Malaysia

Data Pengkatalogan-dalam-Penerbitan

Hasan Baharom

Proceedings of the 1st international Islamic heritage conference / Hasan

Bahrom, S.Salahudin Suyurno, Abdul Qayuum Abdul Razak

978-967-0637-13-6

1. Islamic Heritage 2. Civilization I. Hasan Bahrom

II. S.Salahudin Suyurno III. Abdul Qayuum Abdul Razak

Reka bentuk kulit : Mohd Zaid bin Mustafar

Dicetak di Malaysia oleh :

AKADEMI PENGAJIAN ISLAM KONTEMPORARI (ACIS),

UNIVERSITI TEKNOLOGI MARA MELAKA,

KM 26 JALAN LENDU,

78000 Alor Gajah, Melaka, Malaysia

Tel: +606 558 2058

## CONTENTS

PRAKATA	i
KATA ALUAN REKTOR UITM MELAKA	ii

### ARTS

A DOCUMENT OF IBÂDI JURISPRUDENCE RELATED TO THE ARCHITECTURE OF MOSQUES Benkari Naima	1
RE-THINKING THE DEPICTIONS OF TWO-DIMENSIONAL ‘LIVING BEINGS’ IN CONTEMPORARY ISLAMIC ART Lina Kattan	15
REVIVING THE CLASSICAL ISLAMIC ARCHITECTURAL DESIGNS OF MOSQUE IN TIN MINING AREA: KINTA VALLEY, PERAK, MALAYSIA Wan Noor Anira Hj Wan Ali @ Yaacob, Norasikin Hassan, Khalilah Hassan & Ameri Mohd Sarip @ Shariff	25
TOWARDS A CONCEPTUAL FRAMEWORK OF ANIMATED INFOGRAPHICS IN AN ISLAMIC CONTEXT Nur Nazihah Rahim, Nik Zulkarnaen Khidzir, Anuar Mohd Yusof & Khairul Azhar Mat Daud	38
QUR’AN AND SPLENDOR OF ISLAMIC CALLIGRAPHY: DEVELOPMENT OF IRANIAN CALLIGRAPHY UNDER INFLUENCE OF QUR’AN TRANSCRIBING Mahdi Sahragard	49
PLANT AND LANDSCAPE DESIGN: REFLECTION FROM THE QURAN AND HADITH Khalilah Hassan, Nur Huzeima Mohd Hussain, Norizan Mt Akhir & Mazlah Yaacob	60
SUSTAINABLE AND DIVERSE ISLAMIC ART: A SOCIAL AND CULTURAL EXPERIMENT IN AUSTRALIA Abdul Attamimi & Majdi Faleh	70
KUFI LARI’: THE HYBRID OF KHAT KUFI TO UPHOLD THE MALAYS’ IDENTITY IN DIGITAL ART APPLICATION Mohd Amin bin Mohd Noh, Mohd Fauzi bin Harun, Nik Narimah bt Nik Abdullah, Zaharah bt Hj. Ramli & Nor Fariza bt Baharuddin	81

KONSEP SENI DALAM ISLAM: SATU SOROTAN	89
Nor Adina Abdul Kadir, Nang Naemah Md Dahlan, Mohd Farhan Abd Rahman & Norsaeidah Jamaludin	

## GENDER

CANNING CHILDREN: ABUSE OR EDUCATE?	101
Ekml Krisnawati Erlen Joni & Salmiah Salleh	
THE WISDOM OF POLYGAMY IN ISLAM: THE LAW AND CUSTOMARY PRACTICE IN AFGHANISTAN	114
Hekmatullah Muradi & Nasir Ahmad Yousefi	
PERBEZAAN TANGGUNGJAWAB PERIBADI PELAJAR DI KOLEJ UNIVERSITI ISLAM MELAKA (KUIM)	125
Siti Marhamah binti Kamarul Arifain, Atini Alias, Farrah Wahida Mustafar & Faudziah Yusof	

## CULTURE

VOLUNTEER TOURISM FOR MUSLIM COMMUNITY DEVELOPMENT: APPLYING SOCIAL EXCHANGE THEORY FOR CROSS CULTURE BENEFITS	133
Nik Rozilaini binti Wan Mohamed, Ahmad Rozelan bin Yunus, Mohd Hasrul Yushairi bin Johari & Mashita binti Abdul Jabar	
مكتبة آشوربانيبال تراث إنساني فريد	140
وان كمال موجاني & سميرة ميلاد عامر	

## POLITIC

النظام الجنائي الاسلامي هو الحل للأمن في العالم	148
سعدى حيدرة	
العلاقات الدبلوماسية الاسلامية في الاندلس مع الممالك الاوروبية، دراسة و تحقيق	158
طارق عبد السلام & عصام ميلود المخرات	

حق الدولة المسلمة في امتلاك الأسلحة الحربية وضروة انتاجها وليس استيرادها	165
نور العارفة بنت محمد & ثعيم حنك	

## EDUCATION

دور الثورة التعليمية والثقافية في تطوير الأمة المسلمة في منطقة مليبار، كيرلا الهند	175
على أكبر كي وي	
ISLAM AND EDUCATION	182
Nasiruddin Mizy	
ISLAM AND HIGHER EDUCATION: THE ROLE OF ISLAMIC-BASED UNIVERSITIES IN URBAN DEVELOPMENT	190
Nur Rafidah Asyikin binti Idris	
LEARNING ORAL PRESENTATION IN A COLLABORATIVE ENVIRONMENT IN TERTIARY CLASSROOMS: ISLAMIC PERSPECTIVES	201
Juritah Misman & Mardziah Hayati Abdullah	
PENDIDIKAN ISLAM DENGAN AKHLAK MORAL PELAJAR: SOROTAN FALSAFAH PENDIDIKAN ISLAM	213
Siti Noorbiah Md Rejab, Najahudin Lateh, Hanifah Musa Fathullah Harun, Nur Zahidah Jaafar & Nur Hidayah Zainal	
FAKTOR AGAMA SEBAGAI FAKTOR UTAMA MENGUBAH TINGKAH LAKU SEORANG BANDUAN	222
Ahmad Zaidi Johari, Mohd Izam Ghazali & Alis Puteh	

## HISTORY

PARADIGMA ILMU KITAB JAWI DI ALAM MELAYU: SATU PENGENALAN	226
Rahimin Affandi Abd. Rahim, Ahmad Farid Abdul Jalal, Badlihisyam Mohd Nasir, Wan Zailan Kamarudin Wan Ali, Abdul Halim Ismail, Nor Adina Abdul Kadir & Zurina binti Mohamed Noor	
ANALISIS KEBANGKITAN VOLGA BULGARIA 922M	236
Harliana Halim, Kamaruzaman Yusoff, Mohd Faizal Khir & Shakila Ahmad	

LAKSAMANA PĪRĪ REIS DAN SUMBANGANNYA KEPADA KARTOGRAFI DAWLAH <sup>C</sup> UTHMĀNIYYAH Ahmad Sobrie Haji Ab Rahman & Roziah Sidik @ Mat Sidek	247
---	-----

## SOCIETY

نظرية الطلاق في الإسلام: دراسة مقارنة مع اليهودية والنصرانية عثمان بن إبراهيم غرغلو	259
A QUALITATIVE STUDY ON WIFE ABUSE IN MUSLIM FAMILIES: WHY WOMEN ENDURE? Mariny Abdul Ghani, Noor Azizah Ahmad & Azizul Mohamad	278
HIMA AS A MODEL FOR NEIGHBOURHOOD OPEN SPACE PLANNING Khalilah Hassan, Siti Syamimi Omar & Izrahayu Che Hashim	290
حكم تارك الصلاة طارق حميش	301
ASPEK-ASPEK TIDAK PATUH SYARIAH DALAM AMALAN JAMPI DI MALAYSIA Juriah Mohd Amin, PM Dr Huzaimah Ismail & PM Supani Husain	307
LELAKI BERPAKAIAN SEPERTI PEREMPUAN: ANTARA <i>GENDER IDENTITY</i> <i>DISODER</i> , UNDANG-UNDANG SYARIAH DAN PERLEMBAGAAN MALAYSIA Yuhanza binti Othman, Ida Rahayu binti Mahat, Mimi Sofiah Ahmad Mustafa & Marziana Abd Malib	316
GEJALA SOSIAL DI MALAYSIA: PENDEKATAN ISLAM DAN PERANAN PEMIMPIN DALAM USAHA PENCEGAHAN Rajwani Md. Zain, Khairullah Mokhtar & Mushaddad Hasbullah	328
PEMAHAMAN SERTA PENGAMALAN MAKANAN SUNNAH DAN SUNNAH PEMAKANAN WARGA UNIVERSITI TEKNOLOGI MARA (UiTM) JOHOR KAMPUS PASIR GUDANG Siti Fairuz Sujak, Noor Syahida Md Soh, Azizah Md. Kasah, Siti Zaleha Syafiee, Noraishah P. Othman, Rohaya Sulaiman, Nor Fazlin Uteh & Zuliana Zoolkefli	335

## SCIENCE AND TECHNOLOGY

- HARM REDUCTION IN CARTILAGE TISSUE ENGINEERING EXPERIMENTATION: A COMPARATIVE REVIEW BETWEEN ISLAMIC AND CONVENTIONAL ETHICS 346  
Muhammad Aa'zamuddin Ahmad Radzi, Abdurezak Abdulahi Hashi, Zainul Ibrahim Zainuddin, Rozlin Abdul Rahman, Norhamiza Mohamad Sukri, Mohd Yusof Mohamad, Noorhidayah Md Nazir, Wan Ahmad Dzulkarnain Razali & Munirah Sha'ban
- THE IMPACT OF SCIENCE AND TECHNOLOGY TOWARDS RURAL COMMUNITY IN UNDERSTANDING ISLAM 359  
Abdul Hapes bin Mohammed & Nurul Diana bt Mohamed Iqbal
- KERANGKA TEORI E-WASIAT 366  
Zainal Fikri Zamzuri, Noormala Rabu, Abdullah Hj Said & Mohd Fauzi Md Isa
- KAJIAN TINJAUAN LITERATUR TERHADAP APLIKASI MUDAH ALIH BERUNSURKAN ISLAM "*ISLAMIC MOBILE APPS*" 373  
Ronizam Ismail, Shahrul Niza Samsudin, Wahid Ab Sulaiman, Norzaimah Zainol & Dina Syafini Zaid

## ECONOMICS

- المضاربة الشرعية البديل الإسلامي للفائدة الربوية 388  
عبدالله بن عمر بلعدي
- AWARENESS OF CASH WAQF AMONG THE MALAYSIAN MUSLIMS 409  
Wan Musyirah binti Wan Ismail, To' Puan Prof Dr Rokiah binti Embong, Nur Hayati binti Abd Rahman, Noor Rafhati binti Romaiha & Nur Hazwani binti Mohamad Roseli
- DELIVERING CONVENIENT SERVICE AND BETTER ZAKAT DISTRIBUTION MANAGEMENT THROUGH UITM PULAU PINANG eZAKAT SYSTEM 421  
Naemah Abdul Wahab, Saiful Nizam Warris, Jamal Othman & Muhammad Che Saad
- KEUSAHAWANAN TANI MENURUT PERSPEKTIF ISLAM 432  
Noorfazreen Mohd Aris, Sharipah Amirah Hj Abas, Sarah Dina Mohd Adnan, Mariam Farhana Md Nasir & Hamidah Jalani



## FINANCE

- A STUDY OF THE ATTRACTIVENESS ON ISLAMIC PAWNBROKING AT AR-RAHNU MAIDAM KUALA TERENGGANU 443  
Najdah bt Abd Aziz, Syahrul Hezrin bin Mahmud, Nurul Syazwani binti Ahmad, Adida binti Muhammad, Asmawati@Fatin Najihah bt. Alias & Rubiah Abu Bakar
- EXAMINING THE DIFFERENCES BETWEEN AR RAHNU AND CONVENTIONAL PAWN BROKING IN COMPATIBILITY TOWARDS MAQASID SHARIAH 455  
Salbiah Nur Shahrul Azmi, Nazimah Hussin & Rohaida Basiruddin
- THE MAIN FACTORS THAT INFLUENCE THE PUBLIC TO PURSUE ISLAMIC PAWN BROKING (AR-RAHNU) COMPARE TO THE CONVENTIONAL PAWN BROKING IN KUALA TERENGGANU 467  
Rubiah Abu Bakar, Najdah bt Abd Aziz, Syahrul Hezrin bin Mahmud, Norliyana binti Zulkifli Mohd, Adida binti Muhammad & Asmawati@Fatin Najihah bt. Alias
- THE AWARENESS OF EFFECTIVE FINANCIAL PLANNING AMONG THE STUDENTS OF FACULTY OF BUSINESS AND MANAGEMENT UITM MELAKA CITY CAMPUS 476  
Mohd Sufian bin Ab Kadir, Mohd Fuad bin Othman, Nur Izzati binti Abas, Saloma binti Mohd Yusoff, Maymunah Ismail, Sharina Shariff
- PANDANGAN FUQAHA MALIKI TERHADAP JUALBELI SUKUK PADA ZAMAN MARWAN AL-HAKAM: SATU ANALISIS RINGKAS 501  
Mohd Asyadi Redzuan, Mohd Farhan Ahmad, Siti Noor Ain Aziz & Shahidatul Ashikin Shahrhan
- PENILAIAN KESAHAN INSTRUMEN PELABURAN EMAS PATUH SYARIAH (IPEPS) DENGAN MENGGUNAKAN MODEL PENGUKURAN RASCH 506  
Najahudin Lateh, Ghafarullahuddin Din, Muhammad Rahimi Osman, Ezani Yaakob & Salmey Edawati Yaacob

## PHILANTHROPY

- DANA KHAIRAT: PENGALAMAN INSTITUSI PENGAJIAN TINGGI 515  
Hasan Bahrom & Rawi Nordin

## PHILOSOPHY

- THE SIGNIFICANCE OF RELIGIOUS KEY TERMS AND THEIR NEW MEANINGS IN AL-FARUQI'S AL-TAWHID: ITS IMPLICATIONS FOR THOUGHT AND LIFE 520  
Fadzilah Din

- LEGASI MAZHAB SYAFI'I DI MALAYSIA: ANTARA KEKANGAN TRADISIONALISME DAN TUNTUTAN LIBERALISME 526  
Muhammad Ikhlas Rosele, Mohd Anuar Ramli, Mohd Farhan Md. Ariffin & Syamsul Azizul Marinsah

- KAJIAN PEMIKIRAN BADIUZZAMAN SAID NURSI TERHADAP KENABIAN BERDASARKAN KITAB RASAIL AN-NUR 535  
Muaz bin Hj. Mohd Noor, Faizuri bin Abdul Latif, Mohd Zaid bin Mustafar, Mohd Khairul Nizam bin Mohd Aziz, Muhammad Taufik Md Sharipp, Mohd Norazri bin Mohamad Zaini & Mohd Paidi bin Noman

- PANDANGAN HAMKA TERHADAP AYAT-AYAT EMBRIOLOGI DALAM TAFSIR AL-AZHAR 547  
Wan Helmy Shahrman Wan Ahmad, Sharifah Norshah bani bt Syed Bidin & Kamarul Shukri bin Mat Teh

- KAJIAN *TURATHIY* DAN '*ILMIY* TERHADAP BUAH-BUAHAN DAN HERBA YANG DISEBUT DALAM AL-QURAN DAN AL-HADITH 556  
Mohd Asmadi Yakob, Mohd Yakub @ Zulkifli Mohd Yusoff, Monika @ Munirah Abd Razzak, Khadher Ahmad, Nurulwahidah Fauzi, Khalijah Awang, Rozana Othman & Mohd Rais Mustafa

## LANGUAGE AND COMMUNICATION

- MEDIA SOSIAL SEBAGAI MEDIUM TERKINI PEMBENTUKAN AKHLAK DALAM KALANGAN PELAJAR 571  
Aina Sabariah Md. Isa & Huzaimah Hj Ismail

- FAMILY COMMUNICATION MANAGEMENT FROM MUSLIM ADOLESCENT PERSPECTIVE 581  
Aziyah binti Abu Bakar

- KEBERKESANAN DAKWAH MELALUI LAMAN JARINGAN SOSIAL DALAM MEMBENTUK MASYARAKAT ISLAM 593  
A.Rauf Ridzuan, S. Salahudin Suyurno, Rusydi Kamal, Fakrulnizam Jafri, Dzaa Imma Abd Latif & Siti Nurshahidah Sah Alam

فوائد وسائل الإعلام الحديثة وأضرارها على الإسلام والمسلمين: الإنترنت نموذجًا	600
محمد الأمين محمد سيلا	
THE ROLE OF PARENTAL COMMUNICATION IN DEVELOPING MUSLIM PERSONALITY: AN OVERVIEW OF PARENTAL ACCEPTANCE-REJECTION THEORY	606
Aini Faezah Ramlan, S. Salahudin Suyurno, Muhammad Shafiei Ayub, Rosilawati Sultan Mohideen & Norazlinda Hj Mohammad	
PERANAN LAMAN JARINGAN SOSIAL DALAM MENGUKUHKAN UKHWAH KEKELUARGAAN	614
Rosilawati Sultan Mohideen, Abdul Rauf Ridzuan, Aini Faezah Ramlan, Fakhruhnizam Jafri & Faridah Hanem Ab. Rashid	
KESAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP PERPADUAN UMMAH DI KALANGAN MASYARAKAT ISLAM DI MALAYSIA	620
Afiqah Mior Kamarulbaid, Abd Rauf Ridzuan, Siti Nur Fadzilah Abdullah, Efina Hamdan & Mohd Hilmi Bakar	
PENCARIAN TEMAN HIDUP BERLANDASKAN ISLAM MELALUI LAMAN JARINGAN SOSIAL	627
Fakruhnizam Jafri, Abdul Rauf Ridzuan, Rusydi Mohamad Kamal, Rosilawati Sultan Mohideen & Nur Alyani Mohd Shukri	
AN ADVERTISING MEDIA: THE RELATIONSHIP OF ADVERTISING MESSAGE, IMAGE AND LANGUAGE USAGE TOWARDS SENSITIVITY IN ISLAMIC PERSPECTIVE	636
Norazlinda Hj. Mohammad, Norida Abu Bakar, Nurliyana Kamilah Khairul Anuar, Siti Nur Fadzilah Abdullah, Aini Qamariah Mohd Yusof	
HIKMAH DALAM BERDAKWAH SEBAGAI MANHAJ RABBANIYYAH: SATU SOROTAN DEFINISI	645
S.Salahudin Suyurno, Mohammad Taufik Md Sharipp, Mohamad Shafiei Ayub, Muaz Mohd Noor, Mohd Khairul Nizam Mohd Aziz, Mohd Zaid Mustafar & Abdul Qayuum Abdul Razak	
PEMBIKINAN FILEM ISLAM DI MALAYSIA: PERJALANAN DAKWAH ATAU PELABURAN KOMERSIL	651
Shafezah Abdul Wahab, Siti Najah Raihan Sakrani & Prof Madya Dr Mohd Adnan Hashim	

## MANAGEMENT

- THE EFFECTS OF SERVICE QUALITY TOWARDS CUSTOMER SATISFACTION OF ISLAMIC BANK IN KUANTAN PAHANG 659  
Maz Izuan Mazalan, Faresya Zunaida Mohd Zubair & Rozman Mohd Yusof
- COMPATIBILITY OF PLANTS APPLICATION WITH ISLAMIC VALUES IN THE MALAY LANDSCAPE OF KOTA BHARU CITY 680  
Nur Hafizah Ramle & Nik Ismail Azlan Rahman
- THE IMPLEMENTATION OF SHARIAH COMPLIANT HOTEL: A CASE STUDY OF PULAI SPRINGS RESORT BERHAD 688  
Zuliana binti Zoolkefli, Nor Fazlin binti Uteh, Ruqaiyah binti Ab Rahim & Noor Syahida binti Md Soh
- A DETERMINANT MODEL FOR ISLAMIC MANAGEMENT 692  
Azman Che Omar



## *Prakata*

Sejarah warisan Islam telah memberikan impak yang cukup besar kepada perkembangan dunia hari ini. Ia bukan sahaja memberi sumbangan kepada aspek kerohanian malah turut menyumbang kepada aspek ekonomi, politik, pendidikan, sosial, kesenian, kebudayaan, sains dan teknologi. Perkembangan ini memperlihatkan bahawa pentingnya ketamadunan ilmu kepada ketamadunan dunia. Perkara ini selaras dengan tuntutan al-Quran yang menyatakan dengan jelas bahawa Allah SWT memuji sesiapa yang berusaha menuntut ilmu dan juga bertaqwa kepadaNya. Namun sejak akhir-akhir ini, sumbangan hasil pensejarahan Islam sering dipandang sepi oleh generasi muda. Sejarah warisan Islam tidak lagi dijadikan panduan dan iktibar dalam melebarkan ketamadunan ilmu Islam. Mereka lebih tertumpu kepada ketamadunan Barat yang dikatakan ‘kaya’ dengan khazanah ilmu. Sedangkan kemajuan hari ini seharusnya berlandaskan kepada ketamadunan Islam.

Penelitian atau pengkajian mengenai warisan Islam perlu direncanakan sebagai ketamadunan dunia. Idea-idea baru mengenai sejarah warisan Islam perlu diketengahkan, Oleh yang demikian, menerusi *1<sup>st</sup> International Islamic Heritage Conference* (IsHeC 2015) dilihat akan dapat membantu kepada perkembangan produksi seterusnya menjana idea-idea baru khususnya untuk memperkayakan kajian dalam bidang sejarah warisan Islam kepada masyarakat. Dengan penganjuran seminar ini secara tidak langsung membantu untuk menjalinkan hubungan antara para sarjana dalam bidang sejarah warisan Islam. Ini adalah satu cabaran dan membuka peluang baru untuk membina satu perpaduan intelektual merentas sempadan dunia.

Buku ini merupakan kompilasi diskusi ilmu antara para ilmuan yang terlibat secara langsung dalam pembentangan kertas kerja mereka dalam *1<sup>st</sup> International Islamic Heritage Conference* (IsHeC 2015) daripada pelbagai platform ilmu Islam antaranya Kesenian, Ketamadunan, Komunikasi, Pendidikan, Kewangan, Sains dan Teknologi dan lain-lain lagi. Semoga curahan ilmu melalui penulisan ini mampu memberi sumbangan dalam menambah khazanah ilmu Islam kepada masyarakat.

Editor,

*1<sup>st</sup> International Islamic Heritage Conference* (IsHeC 2015),

Akademi Pengajian Islam Kontemporari,

UiTM Melaka.

## *Kata Aluan Rektor UiTM Melaka*

Dengan Nama Allah Yang Maha Pemurah Lagi Maha Pengasih  
Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Segala puji bagi Allah, Tuhan seru sekalian alam, dengan limpah kurniaNya serta keizinanNya, kejayaan penganjuran *1st International Islamic Heritage Conference 2015* yang berlangsung di Hotel Mahkota Melaka pada 11-12 November 2015, telah menghasilkan banyak kertas kerja yang amat bermutu. Justeru, buku ini mengumpulkan puluhan penulisan para ilmuan dan cendekiawan dari dalam dan luar negara untuk bacaan semua.

Pelbagai isu telah dikupas termasuklah perihal seni Islam, budaya, politik, gendar, pendidikan, sejarah, kemasyarakatan, sains dan teknologi, ekonomi, kewangan, falsafah, bahasa dan komunikasi, kedermawanan dan pengurusan. Pembaca juga akan mendapati buku ini memuatkan kajian-kajian yang komited melaksanakan usaha mengintegrasikan antara ilmu duniawi dan ukhrawi. Ini membuktikan kesegaran keilmuan tamadun Islam itu sendiri.

Semoga perkongsian ilmu ini dapat meningkatkan komitmen umat dalam memartabatkan perintah Ilahi dalam kehidupan duniawi sebagai jambatan ukhrawi. Sekaligus ia bakal memberi manfaat pada alam sejagat.

Pihak UiTM Melaka merakamkan setinggi-tinggi tahniah dan ucapan terima kasih atas segala sokongan dalam bentuk material, tenaga dan sebagainya dalam merialisasikan seminar ini. Buat semua penaja yang telah memberikan sumbangan kepada wacana ini, sekalung penghargaan diucapkan. Semoga seminar dwi tahunan ini akan terus diperkasakan demi mengangkat martabat umat melalui kecemerlangan tamadun Islam yang diakui telah terbukti diseluruh jagat.

Sekian, terima kasih. Wassalam

**PROF. MADYA DR MOHD ADNAN BIN HASHIM**

Rektor ,  
UiTM Melaka.

## PEMAHAMAN SERTA PENGAMALAN MAKANAN SUNNAH DAN SUNNAH PEMAKANAN WARGA UNIVERSITI TEKNOLOGI MARA (UiTM) JOHOR KAMPUS PASIR GUDANG

Siti Fairuz Sujak,<sup>505</sup>  
Noor Syahida Md Soh  
Azizah Md. Kasah  
Siti Zaleha Syafiee  
Noraishah P. Othman  
Rohaya Sulaiman  
Nor Fazlin Uteh  
Zuliana Zoolkefli

### ABSTRACT

*Pengamalan gaya hidup Nabi Muhammad S.A.W perlu diimani, dipercayai dan diaplikasi dalam semua aspek kehidupan secara holistik kerana baginda adalah model terbaik yang telah menunjukkan secara terperinci pelbagai panduan dalam kehidupan. Dari aspek pemakanan, terdapat makanan yang menjadi kesukaan dan kebiasaan baginda serta tatacara pemakanan yang boleh dicontohi kerana sudah pasti ia mengandungi hikmah, khasiat dan kebaikan tertentu yang boleh dibuktikan kebenarannya secara saintifik. Kajian ini dijalankan bagi menilai sejauh mana warga UiTM Johor Kampus Pasir Gudang mengamalkan makanan sunnah dan tatacara makanan mengikut sunnah nabi. Seramai 460 orang responden telah menjawab soal selidik yang diberikan secara langsung (bersua muka) dengan lengkap melibatkan staf, pelajar dan pensyarah. Kajian ini adalah berbentuk kajian kuantitatif. Dapatan kajian dianalisis menggunakan teknik statistik diskriptif yang dijelaskan dalam bentuk kekerapan (s), peratusan (%) dan purata (mid). Hasil kajian mendapati, terdapat responden yang mengetahui jenis-jenis makanan sunnah tetapi tidak mengetahui khasiat mengamalkannya. Dari segi tatacara pemakanan, terdapat responden mempraktikkan tatacara makan mengikut sunnah tanpa menyedari ia adalah ajaran yang sunnah nabi. Ini berikutan kurangnya ilmu pengetahuan, sekadar mengikut adat budaya setempat dan terpengaruh dengan gaya makan yang lebih mudah dan pantas. Sebagai maklum balas terhadap kajian yang dijalankan, beberapa cadangan dikemukakan untuk mempertingkatkan tahap kesedaran dan pengetahuan terhadap penjagaan kesihatan dan pemakanan di kalangan masyarakat umumnya.*

**Keywords:** Makanan sunnah, sunnah pemakanan, nutrisi, kesihatan, pahala

### PENDAHULUAN

Rasulullah SAW bersabda terdapat dua sumber asas Islam yang perlu dijadikan rujukan utama dan dipegang teguh dengan utuh supaya manusia beroleh kejayaan dan kebahagiaan dunia akhirat iaitu al-Quran dan Sunnah Nabi.

*Hai orang-orang yang beriman, taatilah Allah dan taatilah Rasul (Nya), dan ulilamri di antara kamu. Kemudian jika kamu berlainan pendapat tentang sesuatu, maka kembalikanlah ia kepada Allah (Al Quran) dan Rasul (sunnahnya), jika kamu benar-benar beriman kepada Allah dan hari kemudian. Yang demikian itu lebih utama (bagimu) dan lebih baik akibatnya.” (Surah an Nisaa', 4:59)*

---

<sup>505</sup> Pensyarah Akademi Pengajian Islam Kontemporari (ACIS) UiTM Johor Kampus Pasir Gudang, fairuz.iman@gmail.com

Kedua panduan ini menjadi asas dalam kehidupan, termasuk dalam aspek pemakanan. Sudah tentu panduan dari al-Quran dan Hadis perlu diimani, diamalkan kerana di situ sudah pasti terdapat hikmah yang sampai sekarang masih belum habis diterokai.

Kajian ini merupakan kajian awal terhadap pemahaman dan pengamalan makanan sunnah dan sunnah pemakanan dikalangan warga kampus UiTMPG dalam kehidupan seharian. Ia juga melihat manfaat saintifik terhadap kesihatan dan pembentukan peribadi Muslim jika perlaksanaannya bertepatan sepertimana yang diajar Rasulullah SAW.

### **LATAR BELAKANG MASALAH**

Dalam aspek pemakanan, Islam menekankan pengambilan makanan yang memenuhi konsep halalan tayyiba iaitu halal lagi baik. Makanan tersebut bukan setakat menepati piawaian syarak, malah diteliti juga dari segi khasiat dan kebaikan untuk kesihatan fizikal dan spiritual. Pada zaman moden yang serba pantas kini, masyarakat turut mengambil jalan singkat mengambil makanan tambahan untuk kesihatan. Lambakan produk makanan kesihatan seperti vitamin dan produk berasaskan campuran makanan sunnah banyak dijual di pasaran. Bagi mengaut keuntungan, terdapat segelintir pengeluar makanan sunnah tidak mengkaji sepenuhnya terlebih dahulu tatacara penggunaan makanan sunnah tersebut sepertimana yang dianjurkan Rasulullah SAW sebelum menghasilkan produk, mempromosi dan menjual produk mereka kepada pengguna. Masalah ini dikhuatiri akan menyebabkan mereka hanya mementingkan keuntungan semata-mata tanpa memperoleh hikmah sebenar konsep makanan dalam Islam yang penuh keberkatan.

### **PERNYATAAN MASALAH**

1. Apakah perbezaan makanan sunnah dan sunnah pemakanan?
2. Adakah warga kampus mengambil makanan sunnah mengikut tatacara yang sama seperti diajar Baginda Rasulullah SAW
3. Adakah warga kampus mengetahui kelebihan mengambil makanan sunnah dan mengamalkan sunnah dalam pengambilan makanan.

### **OBJEKTIF KAJIAN**

1. Mengkaji kecenderungan warga kampus memilih makanan sunnah sebagai alternatif makanan tambahan
2. Mengkaji tahap pemahaman makanan sunnah dan sunnah pemakanan warga Universiti Teknologi Mara (UiTM) Johor Kampus Pasir Gudang
3. Mengkaji tahap pengamalan makanan sunnah dan sunnah pemakanan warga Universiti Teknologi Mara (UiTM) Johor Kampus Pasir Gudang

### **KEPENTINGAN**

Hasil kajian ini membantu pihak-pihak tertentu menggiatkan usaha memberi kesedaran terhadap kepentingan makanan sunnah dan tatacara makan mengikut sunnah nabi yang betul. Ini membantu meningkatkan kesihatan dan mendapat ganjaran pahala. Disamping badan yang sihat membantu menunaikan ibadah dengan lebih sempurna. Ibadah yang berkualiti diterima sebagai pahala dan mendapat ganjaran syurga.

### **KAJIAN LITERATUR**

Kajian Zulkifli Haron (2010) dijalankan untuk mengetahui persepsi mahasiswa SPI terhadap amalan gaya hidup sihat menurut Islam dalam aspek penjagaan kesihatan dan pemakanan. Objektif kajian ini adalah mengetahui tahap kefahaman terhadap amalan gaya hidup sihat menurut Islam, faktor-faktor yang mempengaruhi penjagaan kesihatan dan pemakanan serta implimentasi terhadap penjagaan kesihatan dan pemakanan. Secara keseluruhannya, dapatan kajian menunjukkan bahawa responden mempunyai persepsi yang positif terhadap penjagaan kesihatan dan pemakanan dalam gaya hidup sihat menurut Islam serta memberi maklum



balas yang baik terhadap implimentasi penjagaan kesihatan dan pemakanan seperti solat, puasa, riadah pemakanan sihat, dan sebagainya dalam kehidupan seharian.

Seterusnya Siti Salwa Md. Sawari et. al (2015) membuat kajian tentang hubungkait pengambilan makanan dalam Islam dengan pembanguna manusia dari segi intelek, akhlak, moral dan psikologi. Kajian mendapati, gaya makan yang tidak sihat serta pengambilan makanan yang diharamkan Allah SWT boleh menyebabkan penyakit berbahaya, stress dan tekanan dari segi mental dan fizikal. Sebaliknya gaya hidup sihat dan makanan halal memberi kebaikan kepada fizikal dan spiritual untuk melaksanakan ibadah.

## MAKANAN SUNNAH VS PEMAKANAN SUNNAH

### Makanan Sunnah

Istilah “makanan sunnah” menjadi slogan Islamik yang sering digunakan para pengusaha untuk mempromosikan produk mereka. Istilah makanan sunnah ini merujuk kepada makanan-makanan tertentu yang menjadi kebiasaan dan kegemaran Rasulullah sebagaimana yang dinyatakan dalam hadis-hadis Baginda (Md Asham Ahmad, 2015). Malah makanan sunnah kini telah dipertingkatkan nilai *packaging* dan telah diubahsuai dalam pelbagai bentuk seperti jus campuran, kordial, tablet, suplemen dan sebagainya supaya pengguna dapat menikmati dan memperolehi khasiatnya dengan pantas dan mudah.

Secara dasarnya, konsep makanan dalam Islam menekankan pemilihan makanan yang halal dan tayyiba. Hukum asal bagi semua makanan adalah harus selagi tiada dalil yang mengharamkannya. Justeru, istilah makanan sunnah yang halal dan tayyiba bukan sekadar tertakluk kepada makanan kegemaran Baginda sepertimana yang terdapat dalam hadis-hadis. Bahkan melangkaui kepada semua makanan selagimana ia harus, baik, berkhasiat dan disediakan mengikut panduan Islam. Buktinya, banyak hadis yang menunjukkan kepada keterbukaan Baginda dalam soal ini seperti Rasulullah SAW memakan apa sahaja yang dihidangkan dan tidak menolak apa yang ada (Md Asham Ahmad, 2015).

Abu Hurairah Radhiallahu ‘anhu berkata: Maksudnya:

*“Aku tidak pernah sekali-kali melihat Rasulullah Shallallahu ‘alaihi wasallam mencela makanan. Sesungguhnya apabila Baginda menyukainya, Baginda memakannya dan apabila Baginda tidak menyukainya Baginda diam.”* (Hadits riwayat Muslim)

Ulama membuat kesimpulan bahawa kecenderungan untuk mengikuti jenis makanan dan minuman Rasulullah SAW adalah termasuk dalam kategori harus (*mubah*) sahaja dan bukannya sunat (*mandub*) ataupun wajib. Terserahlah kepada setiap individu sama ada untuk menurutinya ataupun tidak. (Md Asham Ahmad, 2015). Contohnya, terdapat sebuah hadis daripada Anas yang mengisahkan kesukaan Rasulullah SAW kepada buah labu sehingga menyebabkan Anas turut menggemarinya. Hadis ini menunjukkan bahawa digalakkan untuk menggemari semua makanan yang disukai Rasulullah SAW kerana keberkatan, khasiat dan hikmah tersembunyi disebalik makanan tersebut memang tidak dapat dinafikan.

Oleh kerana itu, tidaklah menjadi kelaziman bagi seseorang untuk mengikuti sepenuhnya diet yang termaktub dalam sunnah kerana hukumnya adalah harus. Namun jika seseorang melakukannya dengan niat meneladani Rasulullah SAW sebagai amalan *sunnah zai’dah* (sunnah tambahan). InsyaAllah memperoleh ganjaran pahala daripada Allah SWT. (Muhammad Mustaqim Mohd Zarif, 2015).

Selain itu, kajian saintifik terhadap bahan dalam makanan sunnah perlu dilakukan secara klinikal kerana ia mampu menyingkap kelebihan dan khasiat pemakanan sunnah yang masih belum dapat diterokai dan bermanfaat kepada kesihatan. Tidak dapat dinafikan, Rasulullah SAW menjadi model terbaik dalam apa jua aspek kehidupan. Namun, bagi mengelakkan nama Rasulullah dieksploitasi untuk kepentingan dan keuntungan peribadi pihak yang tidak bertanggungjawab, kita seharusnya berwaspada dan melakukan penyelidikan

terlebih dahulu. Ini kerana setiap individu perlu amanah, berhati-hati dan bertanggungjawab dalam apa jua ucapan dan amalan yang disandarkan kepada Rasulullah (Norkumala Awang, 2015 ).

### **Tatacara pemakanan sunnah**

Pemakanan merujuk kepada cara, tabiat, kebiasaan, tertib dan aturan yang dikaitkan dengan makan. Manakala makanan pula adalah apa yang dimakan (Md Asham Ahmad, 2015). Sunnah dari segi bahasa bermaksud jalan, peraturan, tabiat dan cara hidup. Sunnah Rasulullah merujuk kepada cara hidup Baginda yang menjadi panduan dalam sepanjang hari dan hayat seorang Muslim. Sunnah diriwayatkan daripada hadis-hadis yang disandarkan kepada Baginda samada dalam bentuk perkataan, perbuatan atau persetujuan (Md Asham Ahmad, 2015). Ringkasnya, istilah pemakanan sunnah merujuk kepada cara, tabiat, kebiasaan, tertib dan aturan yang dikaitkan dengan makanan sebagaimana gaya hidup yang dianjurkan oleh Rasulullah SAW (Norkumala Awang, 2015). Perkara ini dijanjikan Allah SWT Surah al-Ahzab. Ayat 21.

*Demi sesungguhnya, adalah bagi kamu pada diri Rasulullah itu contoh ikutan yang baik, iaitu bagi orang yang sentiasa mengharapkan (keredaaan) Allah dan (balasan baik) hari akhirat, serta ia pula menyebut dan mengingati Allah banyak-banyak (dalam masa susah dan senang)*

Tatacara pemakanan sunnah serta adab-adab makan yang ditunjukkan Rasulullah SAW adalah termasuk sunnah yang digalakkan kita mengikut dan mengamalkannya kerana wujud padanya tujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT disebabkan mencontohi Rasulullah SAW (Md Asham Ahmad, 2015). Bahkan kelebihanannya boleh dibuktikan melalui kajian saintifik bagi menyingkap pelbagai rahsia, hikmah dan khasiat tersembunyi disebalik pelbagai jenis makanan dan kelebihanannya jika kita mengamalkannya sepertimana cara diajar Baginda.

Dalam konteks pemakanan, Rasulullah SAW mempraktikkan amalan makanan yang bukan setakat selari dengan kehendak Allah SWT sepertimana yang terdapat dalam al-Quran malah Baginda menghuraikan atau menunjukkan secara praktikal supaya mudah dicontohi oleh umatnya. Ini dilakukan bagi memenuhi keperluan fizikal dan biologi seterusnya memberi kesan positif dan manfaat kepada aspek spiritual dan rohani seseorang (Muhammad Mustaqim Mohd Zarif, 2015).

## **ANALISIS KAJIAN**

### **BAHAGIAN 1: MAKLUMAT DEMOGRAFI**

Kajian ini dilakukan terhadap 460 warga UiTM Johor Kampus Pasir Gudang yang terdiri daripada 377 pelajar dan 83 staf melibatkan 258 lelaki dan 202 wanita. Majoriti warga kampus mengamalkan pengambilan makanan tambahan berbentuk makanan sunnah yang diambil secara semulajadi iaitu sebanyak 165 orang. Pengambilan makanan sunnah secara segera seperti pengambilan dalam bentuk tablet dan vitamin adalah sederhana. Manakala pengambilan jamu dan herba adalah yang paling rendah.

Jadual 1: Bilangan dan peratus responden berdasarkan demografi

Item	Kekerapan (f)	Peratus (%)
<b>Jantina</b>		
Lelaki	258	56.1
Perempuan	202	43.9

<b>Umur</b>		
18-23 Tahun	376	81.7
24-29 Tahun	50	10.9
30-40 Tahun	32	7.0
40 Tahun ke atas	2	0.4
<b>Pekerjaan</b>		
Staf	83	18.0
Pelajar	377	82.0
<b>Pendapatan</b>		
Tidak bekerja	364	79.1
RM1000 ke bawah	9	2.0
RM 1001-RM1999	19	4.1
RM2000-RM2999	10	2.2
RM3000 ke atas	58	12.6
<b>Pengambilan makanan sunnah</b>	165	35.9
Makanan sunnah semula jadi	68	14.8
	19	4.1
Makanan sunnah segera	86	18.7
Herba dan jamu	122	26.5
Tablet dan vitamin		
Lain-lain		

## BAHAGIAN 2: TAHAP PEMAHAMAN MAKANAN SUNNAH DAN SUNNAH PEMAKANAN

Merujuk kepada soal selidik, bahagian B mempunyai 10 item berkaitan tahap pemahaman makanan sunnah dan sunnah pemakanan. Berdasarkan Jadual 2, hasil kajian memaparkan bahawa makan secara berjemaah mewujudkan kemesraan dan mengeratkan silaturrahim adalah min tertinggi iaitu (Min=3.83), diikuti makanan sunnah dan sunnah dalam pemakanan mengandungi hikmah dan keberkatan (Min=3.82), seterusnya minum secara perlahan membolehkan air masuk ke dalam badan dengan lebih sempurna (Min=3.68).

Majoriti responden bersetuju makan secara berjemaah boleh mengeratkan ukhuwah dan silaturrahim. Kelebihan makan secara berjemaah ini berbanding makan seorang diri dibuktikan oleh kajian Sharon et.al (2011) tentang makan bersama keluarga yang jarang diamalkan di Barat. Kajian beliau mendapati, makan bersama keluarga mendorong seseorang untuk membuat pilihan makanan yang lebih sihat dan baik, penerapan nilai-nilai positif seperti belajar berkongsi dan tidak mementingkan diri, meningkatkan meningkatkan komunikasi dan kasih sayang. Bahkan boleh mengelak perangai buruk seperti penderaan, kemurungan, bunuh diri serta pengambilan makanan yang tidak sihat seperti alkohol yang mudah diambil jika makan seorang diri.

Bagi min yang paling rendah, ramai responden tidak mengetahui kurma membantu memudahkan proses kelahiran bayi. Malah bayi yang baru lahir juga dianjurkan untuk ditahnik dengan manisan seperti kurma dan madu kerana ia memberi tenaga. Madu dan kurma antara makanan hebat yang khasiatnya jelas disebutkan dalam al-Quran dan hadis. Ia juga juadah yang dihidangkan kepada ahli syurga.

Melalui surah Maryam ayat 23-25, Allah SWT memberi petunjuk mengenai kebaikan pengambilan buah kurma bagi ibu yang sarat mengandung. Kajian menunjukkan buah kurma mengandungi kalsium, serotonin, tannin, asid linoleik yang penting dalam mengawal pendarahan. Selain daripada itu, buah kurma juga mengandungi glukosa yang penting untuk membekalkan tenaga pada badan dan juga penting untuk otot-otot uterus.

Kurma juga berfungsi sebagai laksatif yang dapat memudahkan proses melahirkan bayi (Sumaiyah, 2015).

Melalui satu kajian yang berbeza pula, Al-Kuran *et al.* (2011) telah melakukan kajian ke atas dua kumpulan ibu hamil untuk mengkaji keberkesanan pengambilan buah kurma dalam memudahkan proses melahirkan bayi. Kumpulan pertama yang terdiri daripada 69 orang wanita telah mengambil 6 biji buah kurma sehari sepanjang 4 minggu sebelum tarikh jangkaan untuk melahirkan bayi. Manakala kumpulan kedua yang terdiri daripada 45 orang wanita tidak mengambil buah kurma dalam tempoh tersebut. Hasil kajian mendapati, kumpulan pertama menunjukkan min (purata) pembukaan servik yang lebih besar daripada kumpulan kedua. Selain itu, kelahiran spontan (*spontaneous labour*) berlaku sebanyak 96% terhadap kumpulan pertama berbanding kumpulan kedua iaitu 79% (Sumaiyah, 2015).

Kebaikan tahnik pula diaplikasikan dalam perubatan apabila doktor menggunakan idea memberi manisan kepada bayi sebagai analgesik atau ubat tahan sakit ketika bayi menjalani rawatan di wad NICU (Neonatal Intensive Care Unit). Bayi yang diberikan rawatan dalam NICU ini kebiasaannya akan dicucuk dengan jarum di tapak kaki sebanyak 6 kali sehari untuk pemeriksaan tahap gula dalam tubuh bayi tersebut. Kesakitan akibat disuntik ini dapat dilihat daripada perubahan kelakuan dan fisiologi bayi seperti menangis, jantung berdegup kencang, anak mata membesar, pernafasan menjadi laju, kepekatan oksigen dalam darah menurun dan mengeluarkan peluh yang lebih banyak (Sumaiyah Tarmizi, 2015). Kajian yang dilakukan oleh Blass dan Hoffmeyer (1991) mendapati manisan sukrosa yang terdapat dalam buah-buahan dapat dijadikan ubat tahan sakit (analgesik) kepada bayi. Bayi akan diberikan sukrosa beberapa minit sebelum dicucuk atau disuntik. Selain itu, kurma juga penawar untuk pelbagai penyakit seperti sakit kulit, sakit buah pinggang, sakit jantung dan pening kepala (Md. Sirajul & Sofiah 2014).

Responden juga kurang mengetahui bahawa daging kambing sebenarnya mengandungi lemak dan kolestrol rendah berbanding daging lembu. Rasulullah SAW tidak mengabaikan pengambilan protein dalam bentuk daging. Menurut Dr Danial Zainal Abidin (2015), badan manusia memerlukan lebih kurang 20 asid amino untuk diproses menjadi protein. Sembilan daripada asid-asid amino ini perlu diperolehi daripada makanan. Oleh kerana manusia tidak boleh memproses protein sendiri, manusia perlu mendapatkannya daripada makanan lain seperti daging merah. Justeru, pengambilan makanan yang mengandungi nutrien lengkap secara sederhana amat perlu untuk kesihatan berbanding menghadkan makanan tertentu seperti golongan vegetarian yang tidak memakan sumber makanan berasaskan daging. Malah tidak ada bukti saintifik yang menunjukkan kesan negatif pengambilan daging dalam diet makanan (Schonfeldt H.C & Pretorius B., 2013).

Antara sumber daging merah yang baik ialah daging kambing. Dalam satu siri kajian penyelidikan yang dijalankan oleh Universiti Pretoria dengan kerjasama Pusat Penyelidikan Pertanian mendapati, daging kambing adalah sumber semula jadi yang melindungi tubuh daripada kanser, penyakit jantung dan mengurangkan kolesterol (Schonfeldt HC & Pretorius B., 2013). Manakala kajian semasa menunjukkan bahawa bahagian kaki yang merupakan bahagian kesukaan Rasulullah SAW mengandungi hampir 30% kurang lemak apabila sudah dimasak. Kajian turut mendapati, daging bahagian kaki kambing adalah sangat baik kerana mengandungi sumber protein, besi, zink dan vitamin B3. Oleh kerana itu, pengambilannya digalakkan sebagai sebahagian daripada diet seimbang yang sihat (Sainsbury *et al.*, 2011).

Selain daging kambing, susu kambing juga bagus diminum berbanding susu lembu. Kajian menunjukkan, komposisi susu kambing hampir menyamai susu ibu berbanding susu lembu. Alahan berpunca daripada susu kambing juga lebih rendah berbanding susu lembu. Pengambilan susu dan produk tenusu adalah penting kerana ia mengandungi kalsium, vitamin B12, B2, A dan D. Namun ia juga mengandungi banyak lemak tepu, justeru pengambilannya mesti dihadkan. Cara terbaik adalah memilih susu yang rendah lemak supaya khasiatnya dapat dimanfaatkan (Danial Zainal Abidin 2015). Fakta biokimia menunjukkan susu kambing mempunyai kualiti unik yang mempunyai nilai-nilai perubatan dan alternatif terhadap susu

lembu yang memberi kesan alahan dan penyakit usus kepada sesetengah orang (Haenlein, G.F.W., 2004).

Jadual 2: Min tahap pemahaman makanan sunnah dan sunnah pemakanan

Item	Min
Makan secara berjemaah mewujudkan kemesraan dan mengeratkan sillaturrahim.	3.83
Makanan sunnah dan sunnah dalam pemakanan mengandungi hikmah dan keberkatan.	3.82
Minum secara perlahan membolehkan air masuk ke dalam badan dengan lebih sempurna	3.68
Makan pada awal pagi memberi tenaga untuk melakukan aktiviti sepanjang hari.	3.66
Susu kambing lebih baik daripada susu lembu.	3.64
Banyak produk berasaskan kurma, kismis dan madu dijual di pasaran.	3.60
Madu selalu digunakan sebagai bahan asas perubatan Islam.	3.41
Habbatussauda' boleh menyembuhkan semua penyakit kecuali mati.	3.38
Daging kambing mengandungi lemak dan kolestrol yang sangat rendah	3.22
Kurma membantu memudahkan proses kelahiran bayi	3.21

### BAHAGIAN 3: TAHAP PENGAMALAN MAKANAN SUNNAH DAN SUNNAH PEMAKANAN

Berkenaan tahap pengamalan makanan sunnah dan sunnah pemakanan, dapatan kajian berdasarkan Jadual 3 mendapati min tertinggi adalah memilih makanan yang halal dan tayyiba (Min=3.69), diikuti memulakan makanan dengan bismillah (Min=3.68), dan menitikberatkan kebersihan dalam pemakanan harian (Min=3.63).

Menurut Siti Norlina Muhamad (2005) ibubapa muslim yang secara majoritinya cenderung dalam memilih makanan halal, berhati-hati dalam meneliti kualiti, kebersihan dan status produk makanan terbabit. Walaubagaimanapun, responden secara amnya adalah lemah terhadap sesetengah isu terutama isu yang membabitkan pengetahuan maklumat tentang badan pengesahan halal luar negara dan pengetahuan terhadap status makanan atau bahan makanan menggunakan istilah saintifik juga boleh dikategorikan pada tahap sederhana lemah dan kabur. Sedangkan ibubapa muslim terutamanya sebagai pengguna saban hari terdedah dengan pelbagai produk makanan yang diimport dan dihasilkan oleh negara-negara luar. Ini mungkin terjadi akibat kurangnya penyebaran maklumat, kurangnya pendedahan serta pendidikan kepenggunaan dalam masyarakat di negara ini. Selain itu, persepsi yang baik terhadap kesan pemakanan halal dan haram ini secara langsung dilihat mempengaruhi kecenderungan ibubapa (responden) dalam memilih makanan halal akibat kesedaran peribadi terhadap kesan yang ditanggung secara fizikal dan rohani serta kesannya di akhirat kelak selaras dengan firman Allah dalam Surah At-Tahrim, ayat 6 yang bermaksud :

*“Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, keras, tidak mendurhakai Allah terhadap apa*

*yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan."*

Manakala bagi min yang paling rendah, ramai responden kurang mengetahui kebaikan dan khasiat minyak zaitun yang boleh digunakan dalam makanan dan kegunaan harian. Viola P. (2009) telah melakukan kajian terhadap minyak zaitun dara bagi melihat kebaikannya untuk kulit. Hasil kajian mendapati kandungan trigliserida dalam minyak zaitun berupaya untuk bertindak sebagai perlindungan kulit. Selain itu, minyak zaitun dapat membantu dalam kes-kes keracunan, memberi ketenangan, menguatkan rambut dan anggota badan serta menyembuhkan luka disebabkan kebakaran (Md. Sirajul & Sofiah, 2014).

Responden juga mengakui bahawa ramai tidak mengamalkan berhenti makan sebelum kenyang. Ini mungkin disebabkan mewahnya kepelbagaian jenis makanan yang terdapat di Malaysia untuk dinikmati. Umum mengetahui, Islam menganjurkan pengambilan makanan secara sederhana. Untuk menyeimbangkan keadaan ini Rasulullah mencadangkan agar seseorang itu makan apabila lapar dan berhenti sebelum kenyang. Ini bagi mengelakkan makanan berlebihan di dalam perut dan membolehkan organ-organ bekerja secara optima (tidak berlebihan dan berkurangan) agar fungsi tubuh manusia sentiasa berada pada tahap sepatutnya. Ini seterusnya memudahkan seseorang melaksanakan tugasnya dengan sempurna dan teratur (Siti Norlina, 2005).

Jadual 3: Min tahap pengamalan makanan sunnah dan sunnah pemakanan

Item	Min
Saya memilih makanan yang halal dan tayyiba.	3.69
Saya memulakan makanan dengan bismillah.	3.68
Saya menitikberatkan kebersihan dalam pemakanan harian.	3.63
Mengunyah makanan lebih lama membantu pencernaan.	3.62
Pengambilan pencuci mulut seperti buah-buahan perlu dilakukan sebelum mengambil makanan berat.	3.35
Saya menjilat jari setiap kali selepas makan.	3.31
Saya mengambil makanan dalam kuantiti yang sederhana.	3.17
Saya berhenti makan sebelum kenyang.	2.99
Saya mencampurkan makanan harian saya dengan makanan sunnah.	2.75
Bekalan minyak zaitun sentiasa berada di rumah saya.	2.36

### AMALKAN DENGAN CARA YANG BETUL

Adalah satu kesilapan sekiranya kaedah yang didakwa sebagai makanan sunnah diamalkan berdasarkan sumber riwayat yang tidak sahih ataupun palsu. Untuk mendapat keberkatan yang lebih efisien, makanan sunnah perlu diamalkan mengikut tatacara makan sebagaimana diajar oleh Rasulullah SAW. Antara contoh makanan yang disalah anggap sebagai makanan sunnah dan cara pemakanan yang tidak bertepatan dengan sunnah Rasulullah SAW ialah pengambilan kismis yang dikatakan boleh mencerdaskan akal serta percampuran antara jus kismis dan jus kurma yang ditegah Rasulullah SAW.

Menurut Dr Danial Zainal Abidin (2015) sebenarnya tidak terdapat sebarang dalil yang sahih daripada Rasulullah SAW tentang kelebihan kismis untuk otak. Ibn al-Qayyim sendiri mengatakan dalam at-Tibb an-Nabawi bahawa terdapat dua hadis dikaitkan dengan kelebihan kismis tetapi kedua-duanya adalah riwayat yang tidak sahih. Manakala dalam kitab al-Manar al-Munif fi as-Sahih wa ad-Dhoif pula, Imam Ibn Qayyim al-Jauziyah menegaskan bahawa riwayat-riwayat tentang kelebihan kismis adalah dusta. Namun, kenyataan ini tidak menolak sepenuhnya manfaat kismis. Tetapi kita perlu berhati-hati ketika hendak mengaitkannya dengan hadis Rasulullah.



Kajian Sumaiyah Tarmizi (2015) pula mendedahkan bahawa secara umumnya, para ulama” mensyarahkan hadith berkenaan dengan meletakkan hukum *makruh tanzih* mensinergikan kismis dan kurma kerana khuatir ianya menjadi arak. Dari perspektif sains, kismis (anggur) dan kurma merupakan tumbuhan yang mempunyai kandungan gula yang tinggi. Ini mungkin mempercepatkan proses penapaian minuman tersebut. Percampuran kismis di dalam arak yang terhasil daripada kurma memberikan rasa yang kompleks kepada minuman tersebut. Justeru, larangan Rasulullah SAW ini mungkin adalah disebabkan wujudnya kecenderungan untuk membuat arak daripada campuran kismis dan kurma pada zaman baginda. Tambahan pula, kismis dan kurma mempunyai agen antioksidan yang tinggi. Kismis mengandungi agen antioksidan fenolik, manakala kurma mempunyai agen antioksidan flavonoid. Antioksidan boleh menjadi penghalang kanser dan juga boleh menjadi penyebab kanser. Pengambilan antioksidan yang berlebihan juga boleh menjadikan apoptosis sebagai penyebab kanser.

Seperti yang diketahui umum, pengambilan gula yang berlebihan akan mengundang pelbagai jenis penyakit. Pengambilan buah kurma dan kismis juga tidak baik bagi pesakit yang menghidap diabetes mellitus kerana kadar kalorinya yang tinggi. Jika dilihat daripada sudut kesihatan. Sinergi atau percampuran kismis dan kurma ini mungkin boleh membawa kepada kemudaratan. Islam menekankan konsep kesederhanaan di dalam setiap perkara. Sinergi kismis dan kurma didapati mempunyai unsur-unsur yang berlebihan sebagai contoh, kandungan antioksidan yang berlebihan dan kandungan gula yang berlebihan. Manfaat kismis dan kurma akan diperolehi secara optimum sekiranya pengambilannya dibuat secara berasingan berdasarkan maklumat nutrisinya yang hampir sama. Sebagaimana yang telah disarankan oleh Rasulullah di dalam sabda baginda yang bermaksud, *“Barangsiapa yang meminum nabiz, maka minumlah kismis sahaja atau tamar(kurma matang) sahaja, atau kurma muda sahaja”*.

Hasil kajian daripada perspektif sains mendapati bahawa larangan ini adalah bertujuan untuk mengelakkan pembaziran dan kemungkinan kemudaratan kerana kismis dan kurma kedua-duanya mempunyai kandungan nutrien yang hampir sama (Sumaiyah Tarmizi 2015).

## HIKMAH MENGAMALKAN DENGAN BETUL

Bagi menjaga kesihatan fizikal dan spiritual, Islam menganjurkan kepada kita supaya memberi perhatian kepada jenis makanan yang diambil beserta kaedah pengambilan makanan yang terbaik (Siti Norlina, 2005). Konsep makanan dalam Islam mengutamakan makanan yang halal bersih serta bagi memastikan makanan tersebut tidak memudaratkan.

Pengambilan makanan secara semulajadi seperti buah-buahan adalah lebih digalakkan berbanding pengambilan makanan dalam bentuk suplemen. Kajian Jill et. Al (2005) menunjukkan, tidak semua pengguna yang mengambil makanan suplemen mengamalkan gaya hidup sihat. Beliau mencadangkan agar pakar pemakanan bersikap terbuka tentang maklumat yang terhad mengenai risiko dan manfaat pengambilan suplemen. Penyelidikan yang dilakukan di penjara British dan Amerika Syarikat telah menunjukkan bahawa banduan yang bersifat agresif dan anti-sosial yang diberi diet secara semulajadi seperti bijirin penuh, kekacang, buah-buahan dan sayur-sayuran, memberi reaksi yang positif berbanding jika mereka diberi ubat segera dalam bentuk kapsul atau pil atau diberi makanan yang diproses dengan bahan pengawet, pewarna atau perisa tambahan (Siti Salwa Md. Sawari et al 2015).

Saffaraz K.M. et al (2009) pula mengatakan, terdapat sesetengah sayuran dan buah-buahan mesti diambil secara segar dan mentah bagi mendapatkan manfaat yang maksima kerana kebanyakannya adalah makanan pencegah penyakit yang penting dan tinggi manfaat untuk mengekalkan kesihatan. Kandungan bahan makanan yang bernilai itu penting untuk tubuh berfungsi dengan baik. Kesilapan cara makan, cara memasak, cara penyediaan dan cara penyimpanan boleh merosakkan nutrient-nutrien berharga yang terkandung di dalamnya. Justeru, integrasi antara wahyu dan kajian saintifik perlu dilakukan supaya kita dapat

memperoleh manfaat yang sebenar. Contohnya, penerangan makanan sunnah dan sunnah pemakanan seperti yang terdapat dalam Kitab al-Tibb dalam Sahih Bukhari memberikan idea kepada keadaan umat Islam pada zaman Rasulullah SAW bagaimana mereka mencegah dan merawat penyakit ini. Ini kerana, sebahagian besar al-Tibb al-Nabawi berperanan sebagai ubat pencegahan (al-Tibb al-wiqai') bukannya ubat terapeutik (al-Tibb al-'ilaji). Pencegahan penyakit diutamakan daripada merawat. Namun, kita tidak boleh menggunakan al-Tibb al-Nabawi (perubatan daripada Nabi) tanpa penyelidikan empirikal secara berterusan. Oleh kerana itu, penyelidikan berterusan harus dijalankan supaya lebih banyak kebenaran dan hikmah boleh dibuktikan (Ebrahim Azarpour et. al, 2015).

Apabila pengambilan makanan yang halal, baik dan tepat dari segi jenis dan cara pengambilannya dituruti, ia akan memberi bukan setakat kesihatan fizikal untuk melaksanakan tugas harian malah membantu memudahkan pelaksanaan ibadah seseorang hamba kepada Allah SWT. Terdapat banyak kajian yang membuktikan hubungan yang signifikan antara jenis makanan yang dipilih dan kepentingan penggunaan nutrien yang betul terhadap psikologi, tingkah laku, mental, sosial atau kognitif. Kanak-kanak yang diberikan makanan ringan seawal usia 4 tahun dikaitkan dengan hiperaktif dan tingkah laku masalah di zaman kanak-kanak dan akan berlarutan sehingga mereka dewasa. Ini kerana, diet zaman moden ini mengandungi kurang nutrisi tetapi tinggi kalori. Diet yang tidak sihat ini secara tidak langsung menyebabkan masalah kardiovaskular, penyakit radang dan kronik. Ia juga memberi tekanan, gangguan emosi, cepat marah, kurang motivasi, tingkah laku sosial yang tidak sesuai, prestasi kognitif yang rendah dan daya ingatan yang lemah (Siti Salwa Md. Sawari et al, 2015).

Jelas, pengambilan makanan halal dan tayyiba dengan tatacara yang betul dapat memberi manfaat kesihatan dan kecergasan tubuh badan. Tubuh badan yang sihat ini seterusnya meringankan badan untuk mengabdikan diri kepada Allah SWT dan memberi manfaat kepada makhluk Allah SWT yang lain.

## KESIMPULAN DAN PERBINCANGAN

Rahmat dan kasih sayang Allah SWT terlalu luas untuk hamba-hambanya yang mahu beriman. Allah SWT telah menyediakan pelbagai jenis makanan yang mengandungi semua nutrient yang diperlukan tubuh badan manusia untuk hidup dengan baik. Namun, Allah SWT menetapkan bahawa makanan yang diambil tersebut mestilah memenuhi konsep halal dan tayyiba. Makanan yang halal dan tayyiba itu pula seterusnya perlu diambil dengan kaedah yang betul sepertimana diajarkan Rasulullah SAW ataupun panduan yang telah diuji secara saintifik. Ini membolehkan kita mendapatkan manfaat yang maksima daripada makanan yang diambil. Jenis makanan dan tatacara makanan yang betul ini diharapkan dapat memudahkan seseorang hamba untuk mengabdikan diri kepada Allah SWT serta menjadi hamba Allah SWT yang soleh.

Hasil kajian mendapati, terdapat responden yang mengetahui jenis-jenis makanan sunnah tetapi tidak mengetahui khasiat mengamalkannya. Dari segi tatacara pemakanan, terdapat responden mempraktikkan tatacara makan mengikut sunnah tanpa menyedari ia adalah ajaran yang sunnah nabi. Ini berikutan kurangnya ilmu pengetahuan, sekadar mengikut adat budaya setempat dan terpengaruh dengan gaya makan yang lebih mudah dan pantas. Bagi mempertingkatkan tahap kesedaran dan pengetahuan terhadap makanan sunnah dan tatacara mengamalkannya, penyebaran ilmu dan pendedahan kebaikannya harus dilakukan dan disebarkan kepada masyarakat umum supaya manfaatnya dapat dinikmati dan memberi manfaat kepada semua manusia.

## RUJUKAN

- Ebrahim Azarpour, Maral Moraditochae and Hamid Reza Bozorgi. 2015. Study Quranic plants in Hadiths. *Biological Forum – An International Journal* 7(1): 119-127
- Danial Zainal Abidin. 2015. *Perubatan Islam dan Bukti Sains Moden*. Kuala Lumpur: PTS Publishing House



- Haenlein, G.F.W. 2004. Goat milk in human nutrition. *Small Ruminant Research* 51; 155–163
- Jill, R., Pamela S. H., Marci, K. C., 2005. Differences in Fruit and Vegetable Intake among Categories of Dietary Supplement Users. *J Am Diet Assoc.* ;105:1749-1756
- J. Sainsbury a, H.C. Schoenfeldt a,\*, S.M. Van Heerden. 2011. The nutrient composition of South African mutton. *Journal of Food Composition and Analysis* 24: 720–726
- Md Asham Ahmad. 2015. Persepsi dan hakikat Pemakanan Sunnah. Dlm. Norkumala Awang. 2015. Antara Makanan Sunnah, dan Sains. Kuala Lumpur: Institut Kefahaman Islam Malaysia
- Md. Sirajul Islamand & Sofiah Bt.Samsudin. 2014. Discover the Miracle of Fruit Plant Species Mentioned in the Holy Qur'an and Their Folk Medicinal Importance. *Aust. J. Basic & Appl. Sci.*, 8(9): 287-303.
- Muhammad Mustaqim Mohd Zarif. 2015. Pemakanan Sunnah dan Bukti Saintifik. Dlm. Norkumala Awang. 2015. Antara Makanan Sunnah, dan Sains. Kuala Lumpur: Institut Kefahaman Islam Malaysia
- Norkumala Awang. 2015. Antara Makanan Sunnah, dan Sains. Kuala Lumpur: Institut Kefahaman Islam Malaysia
- Sarfraz K.H & Mir, A.K. 2009. Vegetables Mentioned in the Holy Quran and hadith and Their Ethnomedicinal Studies. *Pakistan Journal of Nutrition* 8(5): 530-538
- Schonfeldt HC & Pretorius B. 2013. "Fish, chicken, lean meat and eggs can be eaten daily": a food-based dietary guideline for South Africa. *S Afr J Clin Nutr* .26(3)(Supplement):S66-S76
- Sharon M.Fruh. 2011.The Surprising Benefits of the Family Meal. *The Journal for Nurse Practitioners – JNP*. 7(1) 18-22
- Siti Norlina Muhamad. 2005. KecenderunganIbubapa Muslim Terhadap Pemakanan Halal: Kajian di Skudai, Johor Bahru, Johor. PusatPengajian Islam dan Pembangunan Sosial, UTM, Skudai
- Siti Salwa Md. Sawari, Mohd Al'Ikhsan Ghazali, Mohd Burhan Ibrahim & Nurul Izzah Mustapha. 2015. Evidence Based Review on the Effect of Islamic Dietary Law Towards Human Development. *Mediterranean Journal of Social Sciences. Vol 6 No 3 S2: 136-141*
- Sumaiyah Mohd Tarmizi. 2015. Tumbuhan Terpilih Menurut Perspektif Islam dan Sains Kesihatan. Disertasi Sarjana. Institut Pengajian Siswazah, Universiti Malaya
- Sumaiyah Mohd Tarmizi, Ishak Suliaman & Halijah Ibrahim. 2014. The Prophetic Tradition And Nutrition: Issues Of Mixing Raisins And Dates. *Online Journal Of Research In Islamic Studies* Vol. 1 No. 2: 78-88
- Viola P. Dan Viola M. (2009). Virgin olive oil as a fundamental nutritional component and skin protector. *Clinics in Dermatology*, 159-165.
- Zulkiflee Haron & Suhaida Husain. 2010. Persepsi Mahasiswa SPI Terhadap Amalan Gaya Hidup Sihat Menurut Islam Dalam Aspek Penjagaan Kesihatan Dan Pemakanan. Tesis. Universiti Teknologi Malaysia